

Wellness

Kommen Sie zu uns, um zu entspannen, die Gedanken fließen zu lassen und neues Wohlfühl zu tanken. Gönnen Sie sich und Ihrem Körper eine Auszeit und genießen Sie Ihr persönliches Wellness-Programm auf höchstem Niveau.

Für eine professionelle Beratung sowie Terminvereinbarungen senden Sie uns einfach eine E-Mail an beauty@zf-elbe.de



Wirbelsäulenvitalisierung nach Dorn und Breuß

Verwöhnzeit 90 Min. € 99,-

DOPPELT GUT FÜR DIE WIRBELSÄULE

Die Dorn-Methode versteht sich in erster Linie als Hilfe zur Selbsthilfe und zeichnet sich durch den Ansatz aus, Fehlstellungen der Wirbelsäule in der Bewegung zu lindern oder zu beheben. Diese Besonderheit macht sie sanfter und dabei effektiver als andere Methoden. Als sinnvolle Ergänzung findet die sogenannte Breuß-Massage Anwendung, da sie tief entspannend und regenerativ auf die Bandscheiben wirken soll. Durch die aktivierte Regeneration wird die Vitalenergie dazu angeregt, wieder frei zu fließen und Verspannungen zu lösen.

Reiki-Behandlung

Verwöhnzeit 45 Min. € 59,-

MEHR ENERGIE, MEHR LEBENSFREUDE

Gemäß den aus dem Japanischen stammenden Begriffen „rei“ (Kosmos) und „ki“ (Lebensenergie) wirkt die Reiki-Anwendung auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene. Dies kann dazu beitragen, die Selbstheilung des Körpers zu aktivieren, Schmerzen zu lindern und energetische Blockaden zu lösen. Diese Lebensenergie kann somit zu tiefer Entspannung und mehr Lebensfreude führen – auch während der Schwangerschaft. Bei der Behandlung wird durch Handauflegen kosmische Energie übertragen. Die oder der Empfangende bleibt dabei vollständig bekleidet.

Yoga nur für Sie

Verwöhnzeit 60 Min. € 95,-

„PERSONAL TRAINING“ DER BESONDEREN ART

Schenken Sie Ihrem Körper und Ihrer Seele einen besonderen Moment der Aufmerksamkeit und gönnen Sie sich Ihr „Personal Training“ mit einer individuell auf Sie abgestimmten Yoga-Stunde. Diese wertvolle Stunde unter professioneller Anleitung ist eine ausgesprochen angenehme Form ganzheitlicher Entspannung und tiefer Bewusstheit für den eigenen Körper – auch für Schwangere wunderbar geeignet.

Wellnessmassagen

Kleine Welle (Teilkörper), 30 Min. € 39,-

Große Welle (Ganzkörper), 60 Min. € 79,-

Große Welle mit Peeling, 90 Min. € 98,-

ERHOLUNG FÜR KÖRPER UND SEELE

Wie die Elbe durch die Landschaft, fließt die Massage über Ihren Körper und lädt Sie ein, tiefgehend zu entspannen.

